

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Remaja merupakan tahap perkembangan penting dalam kehidupan seseorang, ditandai dengan peralihan dari masa anak-anak menuju kedewasaan (Hidayah et al., 2023). Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik, jumlah remaja putri di Indonesia pada tahun 2022 mencapai sekitar 32,4 juta jiwa, mengalami kenaikan sebesar 1,39% dibandingkan tahun sebelumnya, yakni 2021 (Ningrum & Sari, 2023).

Masa remaja merupakan periode transisi yang signifikan dalam perkembangan seseorang, di mana terjadi berbagai perubahan dalam aspek fisik, emosional, dan sosial (Ramadhanti et al., 2025). Salah satu perubahan penting yang dialami remaja putri selama masa ini adalah pubertas, yang ditandai dengan perubahan hormon, termasuk dimulainya siklus menstruasi. Menstruasi merupakan proses biologis yang berlangsung secara berkala setiap 28 hingga 35 hari, dengan lama perdarahan umumnya berkisar antara 3 hingga 5 hari (Agustin et al., 2022).

*Personal hygiene* atau kebersihan diri saat menstruasi adalah praktik penting yang harus diperhatikan oleh setiap wanita, khususnya remaja putri, untuk mencegah masalah kesehatan. Menstruasi adalah proses biologis yang normal, namun dapat menimbulkan risiko infeksi jika kebersihan tidak dijaga dengan baik (Purnama, 2021). Hal ini disebabkan karena selama menstruasi, pembuluh darah pada rahim menjadi lebih mudah terpapar risiko infeksi. Selain itu, keluarnya darah dan keringat yang menempel di area vulva dapat menciptakan kondisi lembab pada organ genital. Jika alat genetalia tidak dibersihkan dengan benar, lembab dapat menyebabkan berkembangnya jamur dan bakteri di area tersebut, menyebabkan gatal dan infeksi. Salah satu keluhan yang sering muncul pada saat menstruasi adalah timbulnya rasa gatal yang dipicu oleh kurang

optimalnya kebersihan area genital selain itu disebabkan oleh pertumbuhan jamur *Candida*, yang cenderung berkembang selama periode haid dan dapat memicu terjadinya keputihan (R. Lestari et al., 2024). Sekitar 75% perempuan di dunia, termasuk di Indonesia, Hampir seluruh wanita pernah mengalami keputihan dalam hidupnya, dengan proporsi 45% di antaranya mengalami lebih dari satu kali kejadian. Di Eropa, prevalensinya tercatat sebesar 25%. Tingginya angka kejadian ini, khususnya di kalangan remaja putri, berkaitan erat dengan kurangnya *personal hygiene* yang tepat selama menstruasi, terutama dalam menjaga kebersihan organ reproduksi (Dwi et al., 2023).

Kurangnya pengetahuan serta informasi yang memadai mengenai kebersihan menstruasi berpotensi memperburuk kondisi kesehatan reproduksi, termasuk meningkatkan risiko infeksi saluran kemih dan penyakit kanker serviks. Rendahnya tingkat kebersihan diri, khususnya dalam *personal hygiene*, merupakan salah satu faktor yang berperan dalam meningkatnya kejadian kanker serviks. (Purnama, 2021).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah dengan meningkatkan pemahaman remaja melalui edukasi kesehatan. Edukasi ini bertujuan untuk menumbuhkan kesadaran mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri serta mencegah penularan infeksi menular seksual (Farida et al., 2022). Penelitian yang dilakukan oleh Wada et al. (2022) mengungkapkan bahwa dari 113 responden yang diteliti, sebanyak 65 orang memiliki tingkat pengetahuan yang rendah terkait *personal hygiene* saat menstruasi, khususnya mengenai cara membersihkan area kewanitaan yang benar dan frekuensi penggantian pembalut selama menstruasi, hal ini sejalan dengan penelitian Simanjuntak & Siagian (2020) yang menjelaskan bahwa 95,7% responden memiliki pengetahuan yang rendah terkait hal tersebut. Edukasi sendiri dapat diberikan secara langsung dan tidak langsung. Edukasi langsung merujuk pada pendekatan di mana informasi disampaikan secara tatap muka atau dalam format interaktif, sehingga memungkinkan penerima informasi

untuk berpartisipasi aktif. Sedangkan, edukasi tidak langsung mencakup metode yang tidak nyata dalam penyampaian informasi, seperti penggunaan media digital untuk edukasi atau penyuluhan yang tidak memerlukan interaksi langsung (Iskandar et al., 2023).

Media digital memiliki berbagai jenis diantaranya adalah media sosial, video, audio, teks, gambar, dan media campuran. Menurut penelitian sebelumnya, platform media sosial berperan penting dalam membentuk dan meningkatkan pemahaman remaja terhadap isu-isu kesehatan, yang menunjukkan bahwa informasi yang disebarluaskan melalui platform-platform sering kali mempengaruhi sikap dan pengetahuan mereka (Nur Cahya et al., 2023). Menunjukkan bahwa 85% remaja menggunakan media sosial secara aktif, TikTok menjadi platform utama untuk mendapatkan informasi kesehatan dari data *Pew Research Center* (2023). Remaja cenderung lebih percaya pada konten yang dibuat oleh sesama pengguna dibandingkan informasi yang berasal dari otoritas kesehatan yang valid. Temuan ini mengindikasikan bahwa media sosial memiliki potensi sebagai sarana strategis dalam menyampaikan informasi dan edukasi kesehatan yang sesuai bagi remaja putri (Bhandari et al., 2024).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 12 Maret 2025 terhadap 14 siswi kelas VIII di SMP Negeri 2 Gamping melalui wawancara menunjukkan bahwa sebagian besar responden masih memiliki tingkat pengetahuan yang rendah terkait pentingnya menjaga kebersihan diri selama masa menstruasi. Selain itu, sebagian besar dari mereka mengaku sering menggunakan media sosial terutama Tiktok untuk mencari informasi. Namun, mereka tidak memastikan apakah informasi yang diterima tersebut terbukti benar atau tidak. Hal ini menunjukkan perlunya pendidikan kesehatan yang terstruktur dan berbasis media yang dekat dengan remaja, seperti TikTok untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran mereka terkait *personal hygiene* saat menstruasi.

Temuan awal ini menunjukkan bahwa intervensi pendidikan kesehatan melalui media sosial khususnya TikTok, berpotensi menjadi metode yang efektif guna meningkatkan pemahaman remaja putri terkait praktik *personal hygiene* selama menstruasi di SMP Negeri 2 Gamping. Oleh karena itu, peneliti perlu untuk melakukan kajian lebih lanjut guna mengeksplorasi pengaruh pemanfaatan media sosial TikTok. sebagai media informasi atau edukasi terhadap peningkatan derajat pengetahuan remaja putri terkait praktik *personal hygiene* selama masa menstruasi.

### **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan menggunakan media sosial tiktok terhadap tingkat pengetahuan remaja putri mengenai *personal hygiene* saat menstruasi di SMP N 2 gamping?”

### **C. Tujuan Penelitian**

#### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media sosial tiktok terhadap tingkat pengetahuan remaja putri mengenai *personal hygiene* saat menstruasi di SMP N 2 Gamping.

#### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri di SMP N 2 Gamping tentang *personal hygiene* saat menstruasi sebelum dilakukan pendidikan kesehatan.
- b. Mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri di SMP N 2 Gamping tentang *personal hygiene* saat menstruasi setelah dilakukan pendidikan kesehatan.

## D. Manfaat Penelitian

### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang kesehatan reproduksi remaja dengan memanfaatkan media sosial sebagai media edukasi kesehatan.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Bagi Sekolah SMP Negeri 2 Gamping

Penelitian ini dapat menjadi referensi bagi pihak sekolah dalam memberikan edukasi pendidikan kesehatan remaja yang lebih menarik dan sesuai dengan karakteristik peserta didik saat ini, serta pemanfaatan media digital secara lebih optimal.

#### b. Bagi Remaja Putri SMP N 2 Gamping

Meningkatkan pemahaman dan kesadaran remaja putri SMP N 2 Gamping mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri selama menstruasi.

#### c. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai rujukan yang relevan dalam pengembangan penelitian sejenis di masa mendatang, guna memperdalam pemahaman mengenai efektivitas pendidikan kesehatan melalui media sosial TikTok terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri terkait *personal hygiene* saat menstruasi.

#### d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat memberikan landasan informasi dan pemahaman yang bermanfaat bagi peneliti berikutnya dalam mengkaji pengaruh edukasi kesehatan berbasis media sosial TikTok terhadap pengetahuan remaja putri mengenai kebersihan diri dalam menstruasi.

**E. Keaslian Penelitian**  
**Tabel 1. Keaslian Penelitian**

No	Judul Penelitian	Tahun	Peneliti	Desain Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1.	The Impact of mHealth Education on Changing Menstrual Hygiene Management Knowledge and Practices Among School-Going Adolescent Girls in Rural Bangladesh: A Quasi-experimental Study Protocol	2024	Md Rahman, Moshior Rahman, Mohammad Habibur Rahman Sarker, Ashir Ahmed, Mohammad Ali, Md Zahidul Islam, Jesmin Ara Bubly, Delwer Hossain Hawlader, Yoko Shimpuku	Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan teknik purposive sampling, metode yang digunakan	Dari hasil penelitian menunjukkan adanya pendidikan mHealth dan dapat menghasilkan rekomendasi pendidikan kesehatan tersebut di tingkat nasional menggunakan media digital. mHealth dapat berfungsi sebagai alat yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan mempromosikan praktik manajemen kebersihan menstruasi yang tepat di kalangan remaja putri yang bersekolah. Selain itu, intervensi mHealth berpotensi untuk meningkatkan pemahaman mereka dan meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan mereka secara keseluruhan.	Sama menggunakan pendekatan kuantitatif dengan kuesioner sebagai alat ukur	Penelitian ini menggunakan tiga variabel (pengetahuan, persepsi, dan sikap) selain itu perbedaan dalam penelitian ini adalah lokasi penelitian dan responden
2.	Influence of Health	2024	Alisa Diva Azzahra, Emi	kuantitatif dengan	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat	Sama menggunakan	lokasi penelitian

	Education Trough Tik Tok Media on Increasing Adolescent Women's Level of Knowlegde Regarding <i>Personal Hygiene</i> During Menstruation		Lindayani, Ayu Prameswari	pendekatan quasi eksperimen dengan desain one group pre test dan post test	pengaruh yang signifikan antara pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberikan edukasi pendidikan kesehatan Melalui Media Sosial Tik Tok Terhadap Remaja Putri Tentang Kesehatan Reproduksi Personal hygiene Saat Menstruasi di SMA N Rancakalong	metode kuantitatif dengan pendekatan quasi eksperimen dengan desain one grub pre-test dan post test	
3.	Keefektifan Media Tik-Tok Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Tentang <i>Personal Hygiene</i> (Menstruasi) Pada Remaja Putri	2023	Indahsari, Terry Nur, Dipo Wicaksono, and Nadya Puspitas Adriana	Quasi Experimental dengan one group design dengan menggunakan teknik purposive sampling.	Media TikTok efektif digunakan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap Remaja Putri setelah diberi intervensi tentang <i>personal hygiene</i> (Menstruasi). Terdapat peningkatan skor sebelum dan sesudah diberi intervensi untuk variable pengetahuan.	Sama menggunakan Quasi Experimental dengan one group design	Teknik pengumpulan data dan lokasi penelitian
4.	Pengaruh Pemberian Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Video	2021	Een Novi Oktavia	Kuantitatif pre eksperimen dengan menggunakan rancangan one group pre test-	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian pendidikan kesehatan menggunakan media video terhadap tingkat pengetahuan <i>Personal Hygiene</i>	Sama menggunakan desain penelitian Kuantitatif pre eksperimen dengan	Lokasi penelitian dan media yang digunakan

---

Terhadap Tingkat Pengetahuan <i>Personal</i> <i>Hygiene</i> Pada Saat Menstruasi Di SMP N 1 Sukodono	post test	pada saat menstruasi di SMP N 1 Sukodono	menggunakan rancangan one group pre test- post test
--	-----------	---	--

---

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YOHANIS  
YOGYAKARTA